

◇第1回 大曲ひまわり薬局 健康相談会◇

H25年10月9日(水)健康相談会を開催致しました。
今回は、1名の方にご参加いただきました。

◎食物繊維たっぷり「もちり麦」

もちり麦のおにぎりを試食していただきました。
冷めても「もちもち」と美味しいのが特徴です。

◎ミネラルたっぷり「プルーン」

プルーンケーキを試食していただきました。
プルーンの自然の甘みをいかして、砂糖を控えめにしております。
ふわふわした食感が好評でした。
ご家庭でも簡単にお作りいただけます。

✿試食会の他に、お菓子の相談コーナーを設け栄養士から食事のアドバイスを行いました。また、当日は山内産のいもこの販売致しました。

初めての開催で緊張もありましたが、ご参加いただいた方に好評で楽しんでいただけたと思います。いくつか食事のアドバイスをさせていただきましたが、参考にしてみるとおっしゃってくださいました。食生活を見直すきっかけ作りになり嬉しく思っています。

今後も分かりやすく、楽しい健康相談会を開催したいと思っております。
ご要望のテーマなどがございましたら、お気軽にスタッフまでお知らせください。